



СибАК
sibac.info

ISSN: 2541-9412

СТУДЕНЧЕСКИЙ научный журнал

выпуск №24(236)

часть 3





Электронный научный журнал

СТУДЕНЧЕСКИЙ

№ 24 (236)
Июль 2023 г.

Часть 3

Издается с марта 2017 года

Новосибирск
2023

УДК 08
ББК 94
С88

Председатель редколлегии:

Дмитриева Наталья Витальевна – д-р психол. наук, канд. мед. наук, проф., академик Международной академии наук педагогического образования, врач-психотерапевт, член профессиональной психотерапевтической лиги.

Редакционная коллегия:

Архипова Людмила Юрьевна – канд. мед. наук;

Бахарева Ольга Александровна – канд. юрид. наук;

Волков Владимир Петрович – канд. мед. наук;

Дядюн Кристина Владимировна – канд. юрид. наук;

Елисеев Дмитрий Викторович – канд. техн. наук;

Иванова Светлана Юрьевна – канд. пед. наук;

Корвет Надежда Григорьевна – канд. геол.-минерал. наук;

Королев Владимир Степанович – канд. физ.-мат. наук;

Костылева Светлана Юрьевна – канд. экон. наук, канд. филол. наук;

Ларионов Максим Викторович – д-р биол. наук;

Немирова Любовь Федоровна – канд. техн. наук;

Сүлеймен Ерлан Мэлсұлы – канд. хим. наук, PhD;

Сүлеймен (Касымканова) Райгүл Нұрбекқызы – PhD по специальности «Физика»

Шаяхметова Венера Рюзальевна – канд. ист. наук;

С88 Студенческий: научный журнал. – № 24 (236). Часть 3. Новосибирск: Изд. ООО «СибАК», 2023. – 68 с. – Электрон. версия. печ. публ. – [https://sibac.info/archive/journal/student/24\(236_3\).pdf](https://sibac.info/archive/journal/student/24(236_3).pdf).

Электронный научный журнал «Студенческий» отражает результаты научных исследований, проведенных представителями различных школ и направлений современной науки.

Данное издание будет полезно магистрам, студентам, исследователям и всем интересующимся актуальным состоянием и тенденциями развития современной науки.

ISSN 2541-9412

ББК 94

© ООО «СибАК», 2023 г.

Оглавление

Статьи на русском языке	5
Рубрика «Транспортные коммуникации»	5
РАЗВИТИЕ ТРАНСПОРТНО-ЛОГИСТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ РОССИИ Ромаданов Александр Григорьевич	5
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТО АВТОМОБИЛЕЙ ПУТЕМ ВНЕДРЕНИЯ РОБОТИЗИРОВАННОГО ОСМОТРА И ОБСЛУЖИВАНИЯ Сейдалиев Адил Мирланович	10
СПОСОБ ЗАЩИТЫ ЛЕТАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ОТ САМОНАВОДЯЩИХСЯ РАКЕТ Хрусталёва Диана Андреевна Хрусталёв Андрей Алексеевич	12
Рубрика «Физика»	15
КАНАЛЫ И ПЕРЕНОСЧИКИ. АКТИВНЫЙ ТРАНСПОРТ Кобранова Мария Васильевна Бекбулатов Дамир Рашидович	15
ТРАНСПОРТ ИОНОВ В ВОЗБУДИМЫХ МЕМБРАНАХ Левинская Евгения Евгеньевна Бекбулатов Дамир Рашидович	18
ПОДБОР ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНОГО ГРУНТОВОГО ТЕПЛОВОГО НАСОСА Тарханова Екатерина Вячеславовна	20
ФИЗИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ГЕМОДИНАМИКИ Шалиткина Екатерина Андреевна Бекбулатов Дамир Рашидович	23
Рубрика «Физическая культура»	25
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ЮРИСПРУДЕНЦИИ СРЕДСТВАМИ САМБО Бугров Антон Сергеевич Воронкова Елена Валерьевна	25
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПРОДУКТИВНОСТЬ РАБОТЫ IT-СПЕЦИАЛИСТОВ Вараксин Владислав Александрович Мартыненко Наталья Владимировна	28
ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА Воложанина Алена Сергеевна Фахретдинова Альфина Юмадиловна Земленухин Илья Андреевич	31
ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА Воложанина Алена Сергеевна Фахретдинова Альфина Юмадиловна Земленухин Илья Андреевич	34

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

Воложанина Алена Сергеевна

студент,
кафедра теории и методики единоборств,
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма,
РФ, г. Казань
E-mail: alena.volozhanina.02@mail.ru

Фахретдинова Альфина Юмадиловна

студент,
кафедра теории и методики единоборств,
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма,
РФ, г. Казань
E-mail: fakhretdinova.alfina2002@gmail.ru

Земленухин Илья Андреевич

научный руководитель, канд. пед. наук,
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма,
РФ, г. Казань

ASSESSMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF WRESTLERS AT THE STAGE OF HIGHER SPORTSMANSHIP

Alena Volozhanina

Student,
Department of Theory and Methodology of Martial Arts,
Volga State University physical culture, sports and tourism,
Russia, Kazan

Alfina Fahretdinova

Student,
Department of Theory and Methodology of Martial Arts,
Volga State University physical culture, sports and tourism,
Russia, Kazan

Ilya Zemlenukhin

Scientific supervisor, Candidate of Pedagogical Sciences,
Volga State University physical culture, sports and tourism,
Russia, Kazan

АННОТАЦИЯ

В данной статье отражены результаты исследования, направленного на оценку основных физических качеств борцов. Полученные результаты были сравнены с Федеральным стандартом спортивной подготовки по избранному виду спорта. В качестве нормативов были выбраны тесты общей физической подготовки, необходимые для зачисления в группу на этап высшего спортивного мастерства.

ABSTRACT

This article reflects the results of a study aimed at assessing the basic physical qualities of wrestlers. The results obtained were compared with the Federal Standard of Sports training in the chosen sport. As standards, tests of general physical fitness were selected, which are necessary for enrollment in the group at the stage of higher sports skills.

Ключевые слова: физические качества, борьба, тестирование, борцы.

Keywords: physical qualities, wrestling, testing, wrestlers.

Актуальность. На этапе высшего спортивного мастерства требования к прохождению спортивной подготовки направлены на повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности, а также сохранение здоровья. Борьба является видом спорта с высоким уровнем конкуренции, поэтому поддержание необходимого физического и психического уровня очень важно для стабильных высоких результатов.

Цель исследования: оценить физические качества у борцов на этапе высшего спортивного мастерства.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на базе Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, города Казань. В исследовании приняли участие 7 спортсменов, возрастом от 21 до 32 лет, со спортивной квалификацией МС и МСМК. В процессе исследования были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, эксперимент, математическая статистика.

Результаты исследования и их обсуждение. В процессе исследования было проведено тестирование для оценки развития физических качеств у спортсменов. В качестве контрольных испытаний были выбраны тесты из Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная борьба». [1] Для определения соответствия подготовленности спортсменов требованиям ФССП по виду спорта, результаты были обработаны и сравнены с нормативами для зачисления в группу на этап высшего спортивного мастерства (таблица 1).

Таблица 1.

Сравнение результатов тестирования спортсменов с нормативами ФССП

Норматив	Хср	ФССП
Подтягивание из виса на высокой перекладине	18 раз	15+ раз
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	254 см.	230+ см.
Челночный бег 3x10 м	6,5 сек.	не более 6,9 сек.
Бег на 3000 м	12 мин.	не более 12,40 мин.
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	14 см.	13+ см.

Хср – средний показатель

По результатам тестирования физической подготовки спортсменов этапа высшего спортивного мастерства было выявлено, что показанные результаты по таким тестам, как подтягивание, прыжок в длину, челночный бег 3x10 м, бег на 3000 м., а также наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье соответствуют нормативам. Исходя из результатов проведенного тестирования можно сделать вывод, что тестируемые борцы соответствуют уровню своего этапа спортивной подготовки. Однако в Федеральном стандарте спортивной подготовки, из которого были взяты тестирования и стандарты по ним, отсутствует разделение на весовые категории, несмотря на то, что в спортивной борьбе разделение спортсменов на весовые категории обязательно.

Выводы. По итогам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что исследуемые борцы имеют необходимый уровень развития тех качеств, которые значительно влияют на результативность и стабильность при участии в соревнованиях.

Список литературы:

1. Приказ Министерства спорта РФ от 30 ноября 2022 г. № 1091 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "спортивная борьба"

Электронный научный журнал

СТУДЕНЧЕСКИЙ

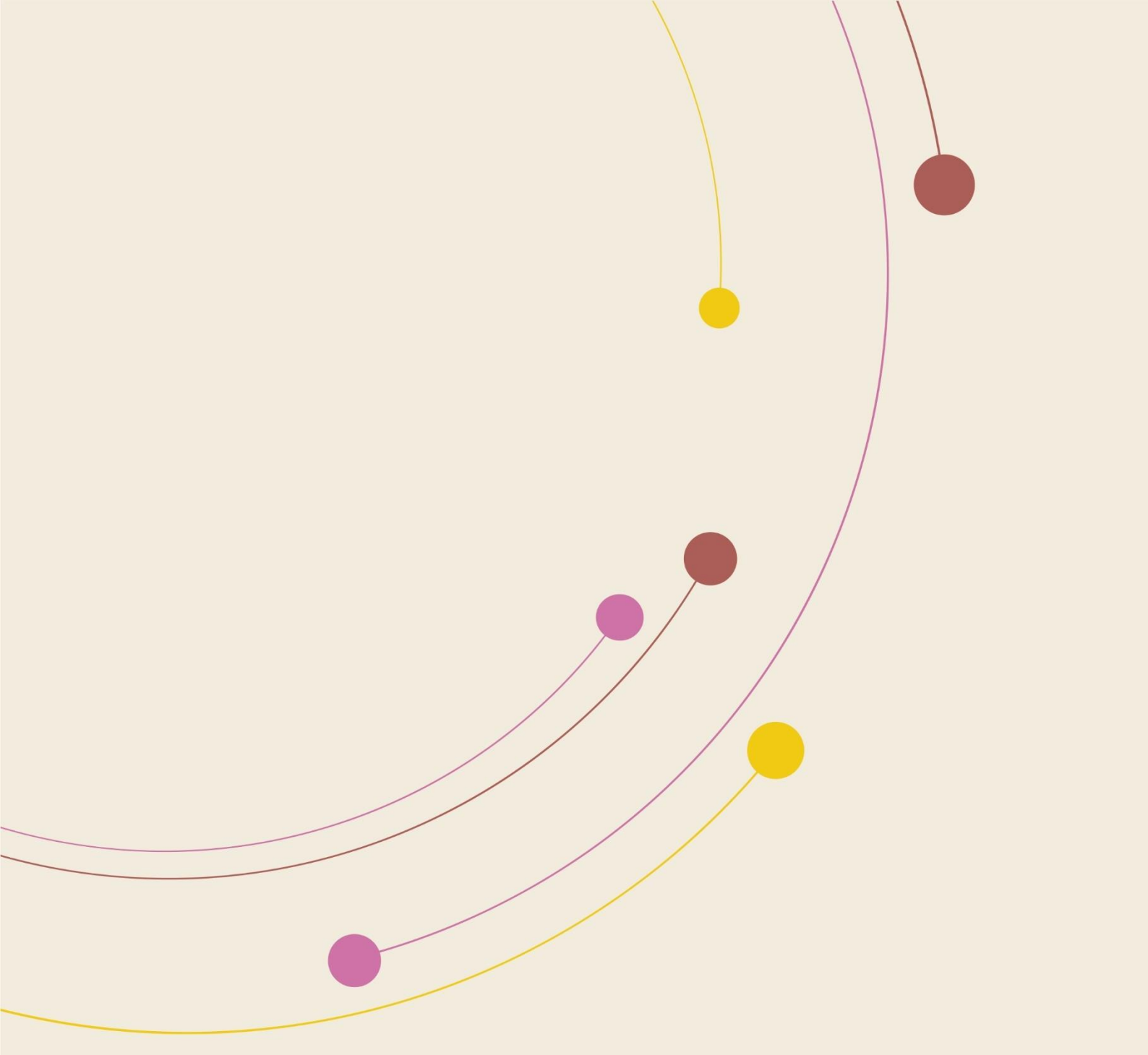
№ 24 (236)
Июль 2023 г.

Часть 3

В авторской редакции

Издательство ООО «СибАК»
630049, г. Новосибирск, Красный проспект, 165, офис 4.
E-mail: mail@sibac.info

16+



Свидетельство о регистрации СМИ:
ЭЛ № ФС 77 - 77221 от 20 ноября 2019 г.
г. Новосибирск



sibac.info